

Подивився мультфільм – і до лікаря.

В українському фольклорі завжди були надприродні істоти - русалки, лісовики, душі загинувших. Зазвичай вони чинили шкоду, але тоді, коли людина їх заціпала. Так і з дитячими страхами казкових героїв. Поки дитина не дивиться мультфільми, не бачить зображення, не чує розповідей про Бабу Ягу, Бабая, доти вона їх не боїться. Але як же в наш час дитина може розвиватися без телевізора, комп'ютера? Так думають багато батьків, а може, роблять це несвідомо: дитина зайнята, а у батьків більше часу зайнятися домашніми проблемами. А в цей час дитина, як зазначає Алла Філімончук, практичний психолог дошкільного навчального закладу № 40, дивиться не тільки мультфільми з монстрами, роботами-убивцями, вампірами, але й бойовики, трилери, фільми жахів. „Якщо додати до цього комп'ютерні ігри, герої яких теж мало схожі на добродушних ведмедиків, замислених віслюків і милих поросят, то можна лише дивуватися, як при такому навантаженні на психіку наші діти ще не всі невротизовані, - додає психолог. Найкраще правило у профілактиці страхів перед казковими героями, примарами та боротьбі з ними - не дозволяти дитині збагачувати свою „нажахану" фантазію додатковими страхами. При виборі ілюстрованих книг, мультфільмів батькам потрібно бути уважними, навіть прискіпливими до кожного зображення, слів героїв.

В гостях у страху

Не відкриємо секрет, що всі діти бояться, тому наступні поради від Алли Віталіївни всім без винятку батькам стануть у нагоді. Вирушіть зі своєю дитиною у подорож до Баби Яги або до Кося, якщо їй виповнилось 3 роки. Причому їти далеко не потрібно, а тільки до дивану, щоб спорудити з диванних подушок житло героїв. Під час „будівництва" пам'ятайте, що дитина любить переборювати перешкоду. Тому треба, щоб ваш шлях лежав через гори й долини, ріки й прізви (нагромаджені табуретки, подушки, килимки й т.д.). Ідіть як можна сміливіше! Нехай дитина погрожує Бабі Язі або Косяві, нападає на них. Потім запропонуйте маляті роль Кося на подушках. Зустрічаючись віч-на-віч із небезпекою (нехай вигаданою) і навіть побувавши „у шкірі" лиходія, дитина перестане його боятися. Але ви повинні неодмінно його хвалити, підкреслюючи його сміливість.

„Казкове місто" - хороший варіант для дітей 4-8 років. Дитина під керівництвом дорослого ліпить із пластиліну казкових персонажів. Потім з ними розігруються різні сюжети. Вибір персонажів і сюжетів насамперед залежить від дитини. Треба прагнути до того, щоб ваш син або донька поступово переграли всі ролі. При ліпленні звертайте увагу дитини на відображення настрою персонажів. Наприклад, нехай Іванів Царевичів буде декілька: один переляканий (втиснув голову в плечі), інший - понурий (голова опущена), третій - грізний (замахується мечем), а четвертий - гордий своєю перемогою (голова піднята, плечі розправлені). У Змія Горинича може бути дві іпостасі: люта й жалюгідна (це легко передати зменшенням розміру).

Починаючи з шести років можна пограти з дитиною в примар. За останні роки маленькі діти стали більше боятися примар, зокрема позначається вплив відповідних мультфільмів і фільмів. Звичайно, дорослі намагаються пояснити маляті, що примар не буває, що все це вигадки, але їхні пояснення далеко не завжди досягають мети.

Допомогти своїй малечі можна, використовуючи казку О. Уайльда про Кентервільську примару. Читати її не обов'язково, оскільки вона досить важка для сприйняття у дошкільному та молодшому шкільному віці. Сам факт, що бешкетні діти буквально затероризували своїми витівками й глузуваннями примару, яка розраховувала їх налякати й вижити із замку, швидше за все сподобається вашій дитині, й вона буде із задоволенням грати. Використовуйте іграшки з „кіндерсюрпризів", бо їхній розмір у цьому випадку оптимальний.

Гра „Маленька примара Карлсон" підходить для дітей 5-7 років як продовження попередньої боротьби зі страхом примар. Коли страх примар уже відіграний на маленьких фігурках і в малюнках, що ілюструють ці ігри, запропонуйте дитині інсценізувати епізод з „Повісті про Маля й Карлсо-на, що живе на даху". Згадайте, як Карлсон зображує примару й лякає фрекен Бок? Прочитайте вголос відповідну главу з повісті А. Ліндгрена, потім візьміть старе простирадло. Грати треба у світлий час доби, коли дитина спокійна і не стомлена. Жартівливий тон, сміх, підкреслення того, що все відбувається не по-справжньому, знецінюють страшні фантазії.

Алла Філімончук наголошує, що, борючись зі страхом фантастичних персонажів, важливо опиратися на знайомі й, по суті, не страшні сюжети. А від думок про всяких вампірів і

кровожерливих рептилій дитину краще відволікати.

„Взагалі, зображуючи страшних казкових персонажів, варто підкреслювати в них якісь слабості, смішні недоліки, - продовжує спеціаліст. - Щоб у дитини не створювалося враження невразливості й непереможності Зла. Беріть у цьому приклад з радянських мультиплікаторів і дитячих режисерів, які завжди привносили в образ Баби Яги або Коцця деяку частку гумору”.

Наостанку ще одна результативна гра - „Перетворення казкового лиходія” (для дітей 4-8 років). Зміст її полягає в тому, щоб відгадати, у кого або в що перетворився казковий лиходій, який тривожить уяву вашої дитини, а потім зобразити це в малюнках, ліпленні або в маленьких театральних сценках. У дітей 7-8 років користується популярністю пантоміма. Тоді в грі з'являється додаткова умова: треба відгадати, кого зображує ведучий. Таке уособлення казкових лиходіїв позбавляє їхнього ореолу надприродності й сприяє подоланню страху.

Здавалось би, через банальну гру дитину можна вилікувати від страху. Але не тільки, бо дитина у грі пізнає життя. Від того, яким вона його побачить - великою мірою залежить її майбутнє.